

SOUTH ASIAN HEALTH SUPPORT PROGRAMME

दक्षिण एशियाई स्वास्थ्य सहायता कार्यक्रम
ساؤتھ ایشین ہیلتھ سپورٹ پروگرام
दक्षिण एशियाई स्वास्थ्य सहायता कार्यक्रम
ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆ ਸਿਹਤ ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

Newsletter 3
2023/2024

Mission: To improve Health Profile of South Asians in Hong Kong through strategic community based health promotion interventions.

उद्देश्य : हडकडका दक्षिण एशियाली समुहमा आधारित स्वास्थ्य प्रचारद्वारा स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउनु हो ।

مقصد

سڑیٹجک کیمونٹی پر مبنی صت کے فروغ کی مداخلت کے ذریعے بانگ کانگ میں جنوبی ایشیائی کی صحت کی پروفائل کو بہتر بنانا۔

लक्ष्य : हांगकांग की दक्षिण एशियाई समुदाय आधारित स्वास्थ्य सम्वर्धन के माध्यम स्वास्थ्य मे सुधार लाना है ।

ਉਦੇਸ਼ : ਰਟਨੀਤਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਧਾਰਤ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਦੁਆਰਾ ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਵਿੱਚ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ

In This Issue :

Pneumococcal disease and vaccination !

English Version Page 2

Nepali Version (Nepalese)

(नेपाली संस्करण) Page 3

Urdu Version (Pakistani)

اردو ورژن Page 4

Hindi Version (Indian)

(हिन्दी संस्करण) Page 5

Punjabi Version (Indian)

ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ Page 6

**South Asian Health Support
Programme,**
5/F, Block J, United Christian Hospital,
130 Hip Wo Street, Kwun Tong,
Kowloon

Tel : 2344 3019 **Fax:** 2357 5332

Whatsapp : 5622 1771

Email: sahp@ucn.org.hk

Website: www.ucn.org.hk

www.ucn-emhealth.org



This project is supported by The Community Chest

In addition to health promotion through training, health talks, community based health campaigns, health screening, quarterly health newsletter is issued in English with translation in South Asian languages such as Hindi, Nepali, Urdu and Punjabi. Please visit our website www.ucn-emhealth.org for other health related information in South Asian languages.

Pneumococcal disease

English

Pneumococcal infection is caused by a type of bacteria called *Streptococcus pneumoniae* (pneumococcus).

Clinical features



Middle ear infection (otitis media)



Chest infection (pneumonia)



Infection of the brain membranes (meningitis)



Infection of the blood stream (bacteraemia and sepsis)

Mode of transmission

- Pneumococci are commonly found in the nose and throat of healthy people, particularly in children. Occasionally, these bacteria will cause an infection.
- They mainly spread through droplets via coughing and sneezing, close contact with the patients or contact with materials soiled with the bacteria.



High-risk Group

Young Kids

The Elderly

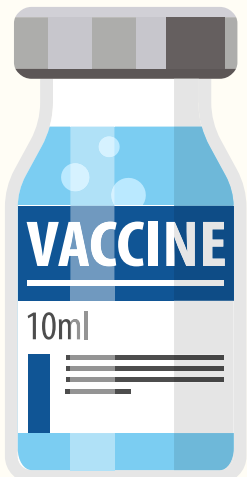
Persons with high risk conditions:

- history of invasive pneumococcal disease
- weakened immunity such as asplenic patients, cancer patients, HIV/ AIDS patients
- chronic illnesses such as diabetes mellitus
- cochlear (inner ear) implants



Pneumococcal vaccination

- There are several types of pneumococcal vaccines.
- They are safe and effective .
- Newborns should follow the schedule recommended in the "Hong Kong Childhood Immunization Programme" for vaccination. Parents may consult family doctors or Maternal and Child Health Centers for details.
- Elders aged 65 years or above should get pneumococcal vaccination.
- They may get either free or subsidized pneumococcal vaccines under the "Government Vaccination Programme" or "Vaccination Subsidy Scheme."
- Persons in high-risk groups should consult family doctors on having the vaccination for personal protection



न्यूमोकोकल रोग

Nepali

निमोकोकल संक्रमण स्ट्रेप्टोकोकस निमोनिया (न्यूमोकोकस) नामक ब्याक्टेरियाको कारणले हुन्छ ।

क्लिनिकल लक्षणहरू



कानको बीच भागको संक्रमण
(ओटाइटिस मिडिया)



छातीमा संक्रमण
(निमोनिया)



मस्तिष्क झिल्लीको संक्रमण
(मेनिन्जाइटिस)



रक्त प्रवाहको संक्रमण (ब्याक्टेरेमिया र
सेप्सिस)

संक्रमणका माध्यमहरू

- निमोकोकी विशेष गरी बच्चाहरूमा, सामान्यतया स्वस्थ व्यक्तिहरूको नाक र घाँटीमा पाईन्छ । कहिलेकाँही, यी ब्याक्टेरियाले संक्रमण निम्त्याउँछ ।
- विषेशगरी खोक्दा र हाँच्छुँ गर्दा निस्कने थुकको छिटाहरू मार्फत, बिरामीहरूसँग निकट सम्पर्कमा रहेका वा ब्याक्टेरियाजन्य सामग्रीको सम्पर्क मार्फत फैलिने गर्दछ ।



उच्च जोखिमसमूह

साना बच्चाहरू

वृद्धवृद्धा

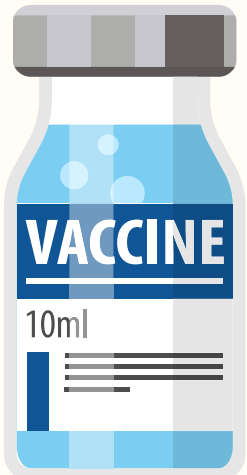
उच्च जोखिममाभएकाव्यक्तिहरू:

- आक्रामक न्यूमोकोकल रोगको ईतिहास भएकाहरू
- एस्प्लेनिक रोगीहरू जस्ता कमजोर प्रतिरक्षा भएकाहरू, क्यान्सर, एचआईभी/ एड्सरोगीहरू
- मधुमेह जस्ता दीर्घकालीन रोगहरू
- कोक्लियर (भित्री कान) प्रत्यारोपण गरेकाहरू



न्यूमोकोकल खोप

- त्यहाँ धेरै प्रकारका न्यूमोकोकल खोपहरू छन् ।
- तिनीहरू सुरक्षित र प्रभावकारी छन् ।
- नवजात शिशुहरूको खोपको लागि "हडकड बाल खोप कार्यक्रम" मा सिफारिस गरिएको समय तालिका पालना गर्नुपर्छ । विवरणहरूको लागि अभिभावकहरूले पारिवारिक डाक्टरहरू वा मातृ तथा बाल स्वास्थ्य केन्द्रहरूसँग परामर्श लिन सक्छन् ।
- 65 वर्ष वा माथिका वृद्धहरूले निमोकोकल खोप लगाउनुपर्छ ।
- उनीहरूले "सरकारी खोप कार्यक्रम" वा "भ्याक्सिनेशन सब्सिडी योजना" अन्तर्गत निःशुल्क वा अनुदान प्राप्त न्यूमोकोकल खोपहरू प्राप्त गर्न सक्छन् ।
- उच्च जोखिम समूहका व्यक्तिहरूले व्यक्तिगत सुरक्षाको लागि खोप लगाउन पारिवारिक डाक्टरहरूसँग परामर्श लिनुपर्छ ।



نمونیا ئی نبقہ (نیوموکوکل) بیماری

Urdu

نیوموکوکل انفیکشن ایک قسم کے بیکٹیریا کی وجہ سے ہوتا ہے جسے اسٹریپٹوکوکس نمونیا (نیوموکوکس) کہا جاتا ہے۔

Clinical features



کان کے درمیانی حصہ کا
انفیکشن (اوتائٹس میڈیا)



سینے کا انفیکشن (نمونیا)



دماغ کی چھلیوں کا انفیکشن
(گردن توڑ بخار)



خون کے بہاؤ کا انفیکشن
(بیکٹیریمیا اور جسم کا سڑنا)

منتقلی کا طریقہ

- نیوموکوکل عام طور پر صحت مند لوگوں، خاص طور پر بچوں کی ناک اور گلے میں پایا جاتا ہے۔ کبھی کبھار، یہ بیکٹیریا انفیکشن کا سبب بن جاتے ہیں۔
- یہ بنیادی طور پر کھانسی اور چھینک کے قطروں کے ذریعے پھیلتے ہیں، مریضوں کے ساتھ قریبی رابطے یا بیکٹیریا کے ساتھ آلودہ مواد کے ساتھ رابطے کے ذریعے پھیلتے ہیں۔



زیادہ خطرے میں مبتلا گروپ

نوجوان بچے
بزرگ افراد

زیادہ خطرے کے حالت والے افراد:

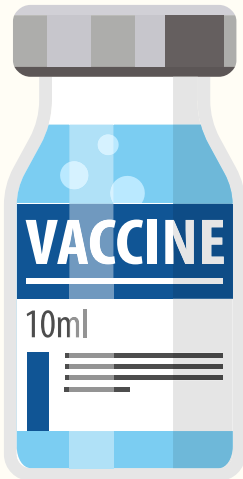
- ناگوار نیوموکوکل بیماری کی بستری
- کمزور قوت مدافعت جیسے کہ تلی کے بغیر مریض، کینسر کے مریض، ایچ آئی وی/ایڈز کے مریض
- دائمی بیماریاں جیسے ذیابیطس میلیٹس
- کولیکٹر (اندرونی کان) امپلائٹس / سماعت کا آلہ



نیوموکوکل کے لیے ویکسینیشن

نیوموکوکل ویکسینز کی کئی اقسام ہیں۔

- یہ محفوظ اور مؤثر ہیں۔
- نوزائیدہ بچوں کو ویکسینیشن کے لیے "بانگ کانگ چائلڈہوڈ امیونائزیشن پروگرام" میں تجویز کردہ شیڈول پر عمل کرنا چاہیے۔ والدین تفصیلات کے لیے خاندانی ڈاکٹروں یا زچہ و بچہ صحت کے مراکز سے مشورہ کرسکتے ہیں۔
- 65 سال یا اس سے زیادہ عمر کے بزرگوں کو نیوموکوکل ویکسین لگوانی چاہیے۔
- وہ "حکومتی ویکسینیشن پروگرام" یا "ویکسینیشن سبسڈی اسکیم" کے تحت یا تو مفت یا سبسڈی والی نیوموکوکل ویکسین حاصل کر سکتے ہیں۔
- زیادہ خطرے والے گروپوں کے افراد کو ذاتی تحفظ کے لیے ویکسین لگوانے کے بارے میں خاندانی ڈاکٹروں سے مشورہ کرنا چاہیے۔



न्यूमोकोकल रोग

Hindi

न्यूमोकोकल संक्रमण एक प्रकार के बैक्टीरिया के कारण होता है जिसे स्ट्रेप्टोकोकस निमोनिये (न्यूमोकोकस) कहा जाता है।

नैदानिक लक्षण



मध्य कान का संक्रमण
(ओटाइटिस मीडिया)



छाती में संक्रमण
(निमोनिया)



मस्तिष्क को ढकने वाली झिल्लियों
का संक्रमण (मेनिनजाइटिस)



रक्त प्रवाह का संक्रमण (बैक्टीरिमिया
और सेप्सिस)

प्रसारण की विधि

- न्यूमोकोकी आमतौर पर स्वस्थ लोगों की नाक और गले में पाए जाते हैं, खास तौर पर बच्चों में। कभी-कभी, ये बैक्टीरिया संक्रमण के कारण बनते हैं।
- यह मुख्य रूप से खांसने और छींकने से निकलने वाली बूंदों, रोगियों के निकट संपर्क या बैक्टीरिया से क्लुषित वस्तुओं से संपर्क होने से फैलते हैं।



उच्च जोखिम समूह

छोटे बच्चे

बुजुर्ग

उच्च जोखिम की स्थिति वाले व्यक्ति:

- इनवेसिव (आक्रामक) न्यूमोकोकल रोग का इतिहास
- कमजोर प्रतिरक्षा जैसे एस्प्लेनिक रोगी, कैंसर रोगी, HIV/ AIDS रोगी
- पुरानी बीमारियाँ जैसे मधुमेह मेलिटस
- कॉक्लियर (आंतरिक कान) प्रत्यारोपण



न्यूमोकोकल टीकाकरण

- न्यूमोकोकल टीके कई प्रकार के होते हैं।
- वे सुरक्षित और प्रभावी हैं।
- नवजात शिशुओं को टीकाकरण के लिए "हांगकांग बाल्यकाल टीकाकरण कार्यक्रम" में अनुशंसित कार्यक्रम का पालन करना चाहिए। विवरण के लिए माता-पिता पारिवारिक चिकित्सक या मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य केंद्रों से परामर्श ले सकते हैं।
- 65 वर्ष या उससे अधिक उम्र के बुजुर्गों को न्यूमोकोकल टीकाकरण कराना चाहिए।
- वे "सरकारी टीकाकरण कार्यक्रम" या "टीकाकरण सब्सिडी योजना" के तहत मुफ्त या सब्सिडी वाले न्यूमोकोकल टीके ले सकते हैं।
- उच्च जोखिम वाले समूहों के व्यक्तियों को व्यक्तिगत सुरक्षा के लिए टीकाकरण कराने के लिए पारिवारिक चिकित्सक से परामर्श लेना चाहिए



ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ

Punjabi

ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਦੀ ਲਾਗ ਸਟ੍ਰੈਪਟੋਕੋਕਸ ਨਿਮੋਨੀਆ (ਨਿਊਮੋਕੋਕਸ) ਨਾਮਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਲੀਨਿਕੀ ਲੱਛਣ



ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਕੰਨ ਦੀ ਲਾਗ
(ਓਟਾਈਟਿਸ ਮੀਡੀਆ)



ਛਾਤੀ ਦੀ ਲਾਗ
(ਨਿਮੋਨੀਆ)



ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਝਿੱਲੀ ਦੀ ਲਾਗ
(ਮੈਨਿੰਜਾਈਟਿਸ)



ਖੂਨ ਦੇ ਪੁਵਾਹ ਦੀ ਲਾਗ (ਬੈਕਟੇਰੇਮੀਆ
ਅਤੇ ਸੇਪਸਿਸ)

ਸੰਚਾਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

- ਨਿਊਮੋਕੋਕੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨੱਕ ਅਤੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ। ਕਈ ਵਾਰ, ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਲਾਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਇਹ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੰਘਣ ਅਤੇ ਛਿੱਕਣ ਦੀ ਬੂੰਦਾਂ, ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।



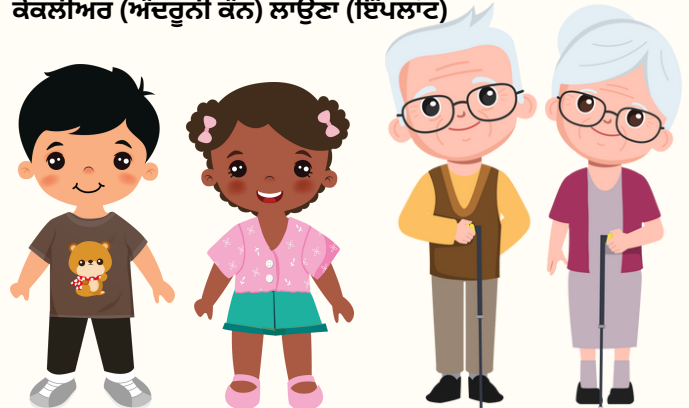
ਉੱਚ-ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹ

ਨੌਜਵਾਨ ਬੱਚੇ

ਬਜ਼ੁਰਗ

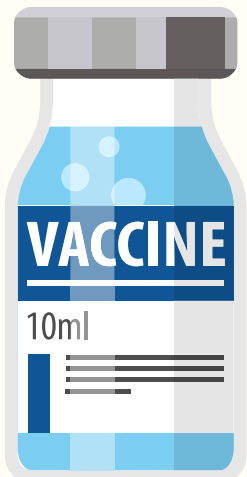
ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਦੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ:

- ਆਕ੍ਰਮਣਕਾਰੀ ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ
- ਕਮਜ਼ੋਰ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕਤਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਸਪਲੇਨਿਕ ਮਰੀਜ਼, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼, HIV/ AIDS ਦੇ ਮਰੀਜ਼
- ਪੁਰਾਣੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਮੈਲੀਟਸ
- ਕੋਕਲੀਅਰ (ਅੰਦਰੂਨੀ ਕੰਨ) ਲਾਉਣਾ (ਇੰਪਲਾਂਟ)



ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਟੀਕਾਕਰਨ

- ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਟੀਕੇ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ "ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਬਚਪਨ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ" ਵਿੱਚ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਮਾਪੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰਾਂ ਜਾਂ ਜੱਚਾ-ਬੱਚਾ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰਾਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- 65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਉਹ "ਸਰਕਾਰੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ" ਜਾਂ "ਟੀਕਾਕਰਨ ਸਬਸਿਡੀ ਸਕੀਮ" ਤਹਿਤ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੇ ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਟੀਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।





Photos In Action



World Diabetes Day 2023



Health Campaign



School Ambassador Training



DM Support Group



Exercise



Men's Workshop

Our Services

English Version

1. Health Advocate Volunteer Training
2. Health talks on a community level, schools and community organizations
3. Community based health campaigns and screening (measuring blood pressure, blood sugar, cholesterol and body fat percentage)
4. Cervical cancer screening (Pap Smear Test)
5. Heart Health Screening
6. Monthly Women's Health Day
7. Diabetes Patients Support Group

हिंदी संस्करण Hindi Version

1. महिला स्वास्थ्य अधिवक्ता प्रशिक्षण
2. सामुदायिक स्तर स्कूल और सामुदायिक संगठन पर स्वास्थ्य वार्ता,
3. समुदाय आधारित स्वास्थ्य अभियान और स्क्रीनिंग (रक्तचाप, रक्त शक्कर, कोलेस्ट्रॉल और शरीर में वसा प्रतिशत को मापना)
4. सर्वाङ्कल कैंसर स्क्रीनिंग (पैप स्मीयर टेस्ट)
5. हृदय स्वास्थ्य जांच
6. मासिक महिला स्वास्थ्य दिन
7. मधुमेह रोगी सहायता समूह

नेपाली संस्करण Nepali Version

1. महिलाका लागि स्वास्थ्य अधिवक्ता प्रशिक्षण
2. समुदाय, विद्यालयहरू, र सामुदायिक संगठनहरूमा स्वास्थ्य वार्ता
3. समुदायमा आधारित स्वास्थ्य अभियान र स्क्रीनिंग (रक्तचाप, रक्त शक्कर, कोलेस्ट्रॉल र शरीर को बोसो प्रतिशत माप)
4. पाठेघरको क्यान्सर स्क्रीनिंग (प्याप स्मीयर टेस्ट)
5. मुटु स्वास्थ्य स्क्रीनिंग
6. मासिक महिला स्वास्थ्य दिन
7. मधुमेह रोगी समर्थन समूह

ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ Punjabi Version

1. ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਦਾ ਪੱਖ-ਪੂਰਨਾ
2. ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਪੱਧਰ, ਸਕੂਲਾਂ, ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਸਿਹਤ ਚਰਚਾ
3. ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਧਾਰਿਤ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਅਤੇ ਕੈਪ (ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਬਲੱਡ ਕੋਲੇਸਟ੍ਰੋਲ, ਬਲੱਡ ਸ਼ੂਗਰ, ਸਰੀਰ ਦੀ ਚਰਬੀ)
4. ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਕੈਂਸਰ ਸਕਰੀਨਿੰਗ (ਪੈਪ ਸਮੀਅਰ ਟੈਸਟ)
5. ਦਿਲ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਸਕਰੀਨਿੰਗ
6. ਮਾਸਿਕ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਦਿਨ
7. ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਸਹਿਯੋਗ ਗਰੁੱਪ

Urdu Version

بماری خدمات

1. ہیلتھ ایڈووکیٹ والنٹیر ٹریننگ
2. سماج میں سماجی تنظیموں اور سکولوں میں ہیلتھ ٹاکس
3. سماج میں صحت کی مہم کو فروغ دینا، اور (بلڈ پریشر، بلڈ شوگر، کولیسٹرول اور ہاڈی فیٹ) جسم کی چربی ناپنا) چیک کرنا
4. عورتوں کے لئے بچے دانی کے کینسر کی جانچ (پیپ سیمیر ٹیسٹ)
5. دل کا چیک اپ
6. ماہانہ عورتوں کی صحت کا دن
7. شوگر کے مریضوں کا سپورٹ گروپ

Location	Day of the Month	Time
Ngau Tau Kok	Last WED	2pm-4pm
Jordan	Last TUE	10am-1pm
Yuen Long	Last FRI	2pm-4pm
Tin Shui Wai	2nd WED	2pm-4pm

Our Health Events with Screening

Blood Pressure, Blood Sugar, Cholesterol, Body Fat%



2344 3019

www.ucn.org.hk

www.ucn-emhealth.org



Contact Details



5622 1771



emhealthhk